

Nachbehandlung nach Eingriffen am Handgelenk und der Hand

Woche eins und zwei

- Tag 1 bis 3: Konsequente Hochlagerung der Hand über Herzhöhe
- Ab Tag 4: Beginn mit leichten Fingerübungen ohne Belastung für 5-10 Minuten täglich
- Regelmäßige Wundkontrollen durch den Hausarzt
- Schützender Wundverband bis Fäden entfernt sind
- Entfernen der einliegenden Fäden nach 10 bis 14 Tagen
- Nach entfernen der Fäden ist Wasserkontakt erlaubt

Ab Woche drei

- Spätester Beginn mit Physio-/Ergotherapie (siehe Nachbehandlungsanweisungen)
 - Bewegung aus der Schiene heraus durch Physiotherapie/Ergotherapie erlaubt
 - Bitte mit Anleitung zur eigenständigen Übung für zu Hause
- Belastungssteigerung entsprechend der Nachbehandlungsanweisungen
- Regelmäßige Warmwasser-Bäder mit Bewegungsübungen unter Wasser (3-5 x täglich)
 - Vorausgesetzt die Wunde ist verheilt und die Fäden sind bereits entfernt
 - Wasserbäder ohne Schiene
- Bei Bewegungseinschränkung, Bewegung bis zur Schmerzgrenze, dort für ca. 10 Sekunden halten
 - diese Übung mehrfach täglich wiederholen
- Narbenpflege mit fettender Salbe unter regelmäßiger Narbenmassage

Allgemeine Informationen zum Heilungsverlauf

- Die operierte Hand zeigt für Wochen bis mehrere Monate (in der Regel 6 bis 12) eine Schwellneigung
 - Hochnehmen der Hand über Herzhöhe und Bewegen der angrenzenden Gelenke führt zu Besserung der Schwellung
- Die Operationsnarbe zeigt sich oft für Wochen bis Monate empfindlich und Verhärtet
 - Regelmäßige Narbenmassagen lösen die postoperativen Verklebungen und führen zur Besserung der Symptome
- Direkte Sonneneinstrahlung ist für die ersten 1 bis 1.5 Jahre nur unter entsprechendem Sonnenschutz zu empfehlen
- Bei Problemen ist eine Kontrolle über unsere Handsprechstunde nach telefonischer Terminvereinbarung angezeigt (Tel.: 0551-3969699)

Ablauf nach ambulanten operativen Eingriffen:

- Wiedervorstellung am Tag nach der Operation in unserer Handsprechstunde oder unfallchirurgischen Notaufnahme zur ersten Verlaufskontrolle und Besprechung des intraoperativen Befundes und des weiteren Vorgehens.
- Weitere klinische Verlaufskontrollen und entfernen der Fäden folgend über den Hausarzt (Ausnahme Berufsunfälle).
- Die folgende Verlaufskontrolle erfolgt dann in der Regel 6 Wochen postoperativ erneut über unsere Handsprechstunde nach Terminvereinbarung.